

シルバー島田

第 39 号

令和 8 年 冬号



イラスト：岩堀吉孝

自主

自立

共働

共助



公益社団法人

島田市シルバー人材センター <https://webc.sjc.ne.jp/shimada>

題字：樋口喬代

◆本部事務所

〒427-0042 島田市中心街5番の1 プラザおおるい東館2階
TEL (0547) 35-1303 FAX (0547) 35-1394
E-mail: shimada-n@sjc.ne.jp

◆川根事務所

〒428-0104 島田市川根町家山1029番地の3
TEL (0547) 53-3080 FAX (0547) 53-3082
E-mail: kawane@sjc.ne.jp



新年のごあいさつ



理事長
秋山 守男

恭賀新年

新年あけましておめでとうございます。
会員の皆様には、健やかに新年をお迎え
のこととお慶び申し上げます。

島田市行政関係者や各事業所、並びに市
民の皆様には、島田市シルバー人材センター
の事業運営に、格別なご理解とご協力を賜
り厚く御礼申し上げます。

昨年は、インボイス制度やフリーランス
新法により、働き方と雇用関係に大きな変
化があり、それに対応するため、新たな契
約方法や業務の見直しに取り組みました。

また、シルバー人材センターの就業におい
ては「安全第一」が大原則であり、最大の
課題であります。そのため、毎年安全標語

を募集し、優秀作品を表彰する事で、会員
の皆様には安全な仕事を心掛けるようお願い
しております。

なお、会員数については、交友を図り仲
間作りを目指した9組織のサークル活動に
より、コロナ禍以降、減少し続けた会員数も、
ようやく落ち着いてまいりました。引き続
き、この様な組織を中心に仲間作りを広め、
会員の拡大、退会抑制を目指していきます。

本年も毎年実施しています「公共施設の
除草作業」「しまだ大井川マラソン大会お
もてなし隊」「島田産業まつり」等に積極的
に参加し、市民とふれあい、地域への社会
貢献を進め、喜ばれるセンターとして取り
組んで参ります。

結びに、会員の皆様には健康に留意しつ
つ、さらなる活躍をされ、幸多き年であり
ますよう祈願いたしまして、
年頭の挨拶とさせていただきます。

本年もどうぞよろしく
お願い申し上げます。



明けまして

おめでとうございます
本年もよろしく

お願いいたします

【役員一同】

理事長	秋山 守男
副理事長	鈴木 俊明
理事	大 栢 保
理事	白 瀧 信子
理事	土屋 ちよ子
理事	樋口 喬代
理事	丸 澤 克夫
理事	村 田 正
理事	山 本 進
理事	渡 邊 正明
理事	鈴 木 将未
常務理事	中 野 和志
監事	澤 井 均
監事	田 中 直実

(五十音順 敬称略)

賛助会員様のご紹介

当センターの運営に多大なご支援を賜っております。
(敬称略・入会順)

株式会社 エコワーク

大井川鐵道株式会社

医療法人社団 安藤整形外科

株式会社 落合自動車

富士食品工業株式会社 静岡金谷工場

大同産業株式会社

矢崎計器株式会社 島田製作所

サンエムパッケージ株式会社

株式会社 紀文食品

協同組合 島田計器部品センター

大井川農業協同組合 五和支店

有限会社 岩倉溶接工業所

翔運輸株式会社 島田営業所

株式会社 大鉄アドバンス

サカイ産業株式会社

川崎工業株式会社

株式会社 宮村鐵工所

医療法人社団 健社会

ネスレ日本株式会社 島田工場

株式会社 梅の木

株式会社 長谷川印刷

株式会社 ヤマシタ

養福寺

島田商工会議所

株式会社 タカノ

ナカダ産業株式会社

株式会社 コーマ

島田掛川信用金庫

有限会社 いしや商店

エム自動車工業株式会社

有限会社 マルダイ化成

株式会社 西東

有限会社 川井自動車

桜井資源株式会社

株式会社 川根町温泉

島田市社会福祉協議会

株式会社 大井川電機製作所

シミックCMO株式会社

株式会社 大村屋酒造場



表紙作品の紹介

趣味で好きなイラストを描いています。
無限に湧き上がる空想の世界に命を吹き込み、
物語性を意識しながら描いています。画材は、
アクリル絵の具、色鉛筆で描いています。

岩堀吉孝

Instagramで他の作品も
ご覧いただけます。
フォローお願いします★



馬年

年男・年女の皆さん

午年生まれの方は明るく行動力があり、チャンスを見逃さず前進する力があります。また、社交的で交友関係を広げることが得意とされています。



竹下 廣さん

シルバー人材センターに応募してから仕事の紹介があったのは一年を過ぎてからでした。

紹介されたのは三交代制の駐輪場管理作業でした。やってみようと即決でした。先輩方の指導を受けながら出入の激しい自転車・バイクには驚きを感じる毎日でした。今では南口の自動化、北口は二名での作業となり定期券販売機の導入という変化の中で、毎日変化のある作業の一つの魅力を感じる事もあります。

又、休日は健康維持の為に大井川を横目にリハビリを一時間位ですがウォーキング、もう十八年位になります。春はあけび、ばり・鶯の声、野バラ、川原グミの花の香り四季折々自然の変化を肌で感じる事が出来ます。それは私なりのルーティンと思っています。

月日の速さを感じる此の頃ですが毎日健康で職場のみんな楽

しく働くことをこれからも心がけ頑張りたいと思っています。

竹下 廣

私がシルバーの会員になって四年目に入ります。

会社を退職後、実家の家のお手伝いを六年程つとめ、色々な事があり、事業をやめる事になり三カ月程してから、シルバー人材センターに入ろうと思いました。

最初は慣れないせいか困難なときもありましたが、今では仕事にも慣れ人と人との繋がりも良い勉強になり、とても充実した時間となつて今では幸せを感じながら頑張っています。

これからも健康に気を遣いながら日々頑張っていきたいと思っています。

田村 初代



田村 初代さん



曾根 直美さん

私はコンサート、旅行が大好きです。特にコンサートでは矢沢永吉をはじめマドンナ、マライヤ・キャリーといった世界のエンターティナーをたくさん見してきました。

このコンサートの資金の足しになればとの思いで六年前にシルバーの会員になりました。そして、介護施設の送迎運転手や市役所日直等の仕事を行ってききました。

しかし、古希が近づくにつれ歳には抗えないのか体のパーツのあちこちが壊れ始め、体のオーバーホールをしなくてはと思いメンテナンスをする事になり、今現在仕事は一時中断しています。

その間シルバーの各サークル活動、私は囲碁・マージャン・グラウンドゴルフと三つに入会し各活動を仲間たちと和気あいあい楽しんでいます。

また早く職に就けるように頑張りますのでよろしくお願いします。

曾根直美



渡邊辰己さん

過ぎてみれば早いもので、7回の年男を迎えました。

在籍は十六年になりますが、その間皆様にはお世話になりました。

作業は酷暑の日、寒い日もありましたが草刈後に「ありがとう、きれいになりましたね」の言葉に励まされて頑張っていました。

昼食後に皆さんと団らんしながら青い空を眺めていると疲れも忘れます。

今までシルバー人材センターに大変お世話になり感謝しています。ありがとうございます。

渡邊辰己



滝 規代子さん

仕事を辞め、母を見送り、三食昼寝付き。気の張りもなく毎日だらだらと過ごしていました。そんな折、友人のすすめでシルバーに入会させていただき七年が経ちます。現在、午前中二時間程の清掃業務に就いています。

よき仲間恵まれ、助け・助けられながら楽しく働かせていただいています。又、いろいろな方々とも話をする機会も増えました。

これからも健康第一に、明るく楽しく過ごしていきます。皆様方に感謝しています。ありがとうございます。

滝 規代子

六十五歳、第一製薬の清掃の仕事を終えて自宅で過ごすことが多くなった頃、当時シルバーの会員だった今は亡き主人からの勧めで入会しました。

大井川鐵道車両区のそうじ・制服の洗濯を続けて十八年。「これまでも清掃をやっていたんだからこれ以上もこれ以下の仕事もないよ、一番いい。」と背中を押してくれた主人を思い出します。

大鐵の社員の方々も、シルバー会員の方々も、本当にみんな善い人で和気あいあいと楽しく働かせてもらっています。

主人が亡くなってもう辞めようと思った時も励みになってくれた仲間たち。辞めるのをやめて、今でも心の支えになってもらっています。

センターへ誘ってくれた主人、大鐵車両区のみなさん、シルバーの先輩方、仲間、家族、みんなのおかげで今があります。ありがたいと思えることがあります。心から感謝しています。

三浦すま



大下悦子さん

出来るなら
脳にやりたい
顔のシワ：

とは現在の自分の心境である。八十四年目の午年を迎える私は元気にハネる事も走る事も難しくなってきた。

でも悩んでいる余裕もない程忙しい。結構外出が多いからだ。そのほとんどが通院だから話にならないかも。

その合間を縫ってのシルバーの活動は今の私の元気の源かも。沢山のひととの出会いが宝物とつくづく感じている今日この頃です。感謝!!

大下悦子



初の女性講座開催

活動日 令和7年8月22日

場所 プラザおおるり 第5会議室



初の女性講座として、守谷安世氏（ヒーリング&リラクゼーション水の器代表）をお招きして「タイムトラベル～人生のよろこび～笑いあり!!涙あり!人生よろこびを語り合おう!!」と題して開催しました。

参加会員は21名。グループに分かれ、それぞれの経験や苦労話などを語り合い、和気あいあいとした雰囲気の中に、あっという間に時間が過ぎていきました。

皆さんからは、『とても楽しかったよ』『新しい仲間ができてうれしい』『人生を振り返る時間がもらえてうれしかった』と感想をいただきました。



社会奉仕活動

活動日 令和7年10月4日



今年も10月の「シルバー事業普及啓発月間」に伴い除草・清掃活動を実施しました。昨年は、2ヶ所で行いましたが今年は3ヶ所で行いました。

雨が懸念されましたが、奉仕作業には影響することなく最後まで活動することができました。

【島田】蓬萊橋897.4広場に集合し蓬萊橋の下、上流の石碑付近で活動しました。参加者60名

【金谷】かなうえるに集合し、みんくる南側を中心に活動しました。参加者20名

【川根】西向集会所前に集合し、野守の池遊歩道で活動しました。参加者18名



大井川マラソンおもてなし隊参上

活動日 令和7年10月26日



天気予報は雨に見まれる予報でしたが曇天ながら雨にはならず、選手の皆さんもホッとした事と思い、空を見ながら始まった大会でした。

昨年同様、大きな水槽に水を張りコップにその水を汲み入れテーブルに並べ、ランナーの方が取り易い様に間を開けて、準備OK!!

間もなく先導車が来ると、後ろにランナーが見え始めました。ここへ来るまで一所懸命走ってきた人々が続々と通ります。コップの水を飲む人、頭にかける人、身体にかける人など、まだまだ長い距離を頑張ろうとする姿を見て、私は「ガンバレ!!」と応援させてもらうことがうれしく、皆で一段と声をあげ応援しました。

私にとっても充実した一日でした。

(シルバーおもてなし隊 樋口喬代)



ワークショップの風景



今年も産業まつりに出展しました 活動日 令和7年11月8日・9日

初日は気持ちの良い秋晴れに恵まれ、たくさんのお客様で賑わった産業まつりでした。押し花サークルさんの作品展示、手芸サークルさんの作品販売を楽しみながら、シルバー人材センターのブースにも多くの方が足を運んでくださいました。今年はワークショップイベントにも参加。じゅず玉とビーズを組み合わせたブレスレット作りにも、お子さん連れやお孫さん連れのご家族をはじめ、想

定より多くの方が参加してくれました。ワークショップイベントでいただいた参加費は社会福祉協議会様へ寄付させていただきます。今年は理事監事のみなさんに加えてボランティア会員さんも積極的に参加してくださり、活気あふれるセンターの様子を来場者のみなさんにも実感していただけたと思います。



会員親睦グラウンドゴルフ大会 活動日 令和7年11月15日

入賞者の皆様 (敬称略)

- 優勝 川村 一郎
- 2位 志村 正 哲
- 3位 山 本 利 郎
- 4位 大 石 綾 子
- 5位 堀 田 治 治
- 6位 石 上 當 治
- 7位 大 石 伸 男
- 8位 曾 根 直 美
- 9位 太 田 良 則
- 10位 池田より江



今年は、雨の心配もなく朝から快晴となり青空の下で無事開催する事が出来ました。風も強くなく、寒さも厳しくなくグラウンドゴルフをするには絶好の天気でした。参加者は減少傾向ではありますが、初参加の方もありました。例年使用しているコースは一部使用できませんでしたが、ホール数は例年同様の 24 ホールで争い、好スコアも出て、会員の親睦を深めました。

大会運営に携わった委員やお手伝いして下さった会員の皆さん、お疲れさまでした。

場 所
島田市大井川緑地

参加会員
45 名 (男性 31 名)
(女性 14 名)



eスポーツにチャレンジしてみませんか

島田市では、プラザおおるり1階に「eスポーツルーム」を設置し、「eスポーツ」の普及に取り組んでいます。

「eスポーツ」と聞くと、若い人がやる激しいゲームをイメージされるかもしれませんが、「eスポーツ」は、ゲームをスポーツ競技としたもので、シルバー世代の皆様にも大変注目されています。リズムゲーム、パズルゲーム、レーシングゲームなど子どもから高齢者まで幅広く楽しめます。

“eスポーツルーム”開放日は、市職員のサポートがあり、初心者の方も安心してチャレンジできます。関心のある方はぜひ参加してみませんか？

開放日 毎週 月曜日・金曜日 午前9時30分～11時30分 午後1時30分～3時30分

会 場 プラザおおるり1階「eスポーツルーム」

※個人向け体験会、講座なども行われています。詳細は島田市包括ケア推進課 (34-3288) まで



会員募集中

シルバー人材センターに
「入会を希望する方」をご紹介します。
(友人やお知り合いの方にお声掛けください。)



島田市内に在住している60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方なら、是非、入会説明会に参加していただくようお話しください。たくさんの出会いと生きがいがあります。

入会説明会 開催中

- 開催日時 毎月第1・3水曜日 午後1時30分から
- 場 所 (公社) 島田市シルバー人材センター事務所 プラザおおるい東館2階
- 連絡先 本部事務所 ☎ 35-1303 川根事務所 ☎ 53-3080

フレイルという言葉を知っていますか？



フレイルとは、「健康と要介護状態の間の段階」を指します。種類は4つあると言われています。

- 身体フレイル
- 心のフレイル
- 社会性のフレイル
- 口腔フレイル

いつまでも健康でいるためにはフレイルを予防することが大切です。

特に社会性のフレイルは、就業やボランティア活動などを日常の生活の中にとり入れ、外に出て人と会うことが大切になります。

シルバー人材センターのいろいろな活動でフレイル予防が期待できます。ぜひ、お知り合いに入会をすすめてください。

その他のお知らせ

令和8年度 定時総会開催のお知らせ

左記のとおり予定しています。

- 【日時】 令和8年6月19日(金)
- 【場所】 島田市民総合施設 プラザ「おおるい」

定時総会は、会員の皆さまの重要なことを決める大切な会議です。多くの皆さまの積極的な出席をお願いします。

令和8年度 会員会費納入のお願い

【会費】 2,000円

【納入期間】

令和8年3月15日～
令和8年5月末日

※夫婦で会員になると割引制度が適用されお得です！

島田市シルバー人材センターでは 公式LINEを開設しています。

LINE登録をすれば、お仕事情報や、イベント情報などがわかります。ぜひ、ご利用ください。

友達追加は
こちらから



編集後記

令和8年は「丙午(ひのえのうま)」の年です。丙と午はともに火の気を持つため、火のエネルギーが最も強くなる年、明るく活気がある年になると言われています。

昨年には、初めて女性の総理大臣が誕生し、米国のトランプ大統領と空母の船上で飛び跳ねていたお人柄を拝見して新しい世の中の始まりの予感を感じました。

また、夏の暑さも「異常気象」から人間活動が原因で生じる「気候変動」とされ、地球温暖化が一層進む中、農作物や生態系への影響など、私たちの生活の中にも身近に感じる課題がたくさんあります。

明るく、活気ある毎日を過ごすには、家の外に出て陽を浴び、適度に体を動かし、人と話し笑って過ごすことです。

当センターでは、会員の皆さんの横断的活動として9サークルが活動を進めております。会員の皆様のご参加をお待ちいたしております。

広報委員会

丸澤 克夫
樋口 喬代